

Полезна ли вкусная еда

# Цель и задачи

Моя цель предоставить свой проектный продукт, состоящий из опроса и исследования.

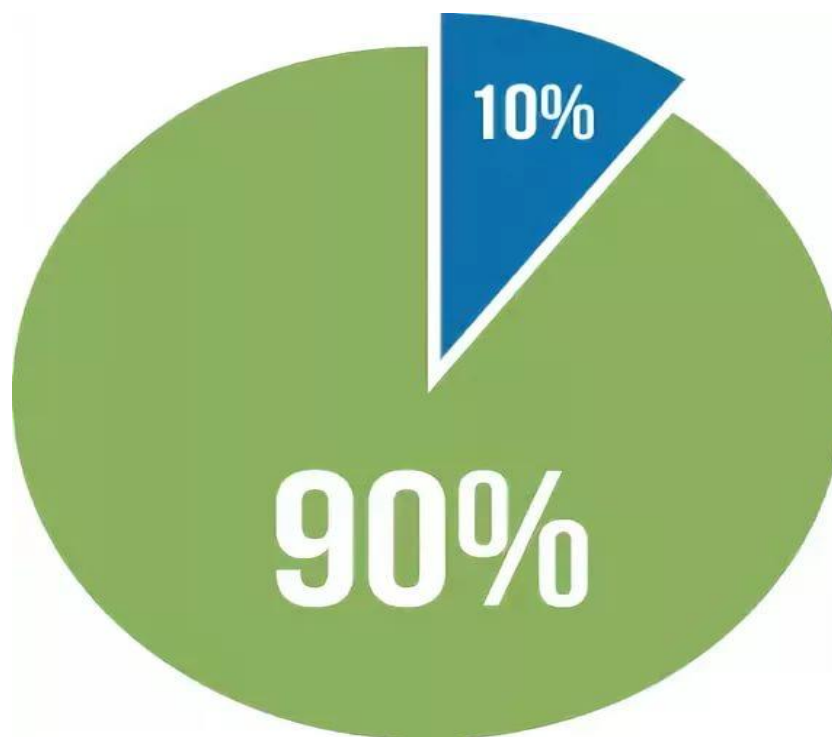
# Опрос

Я решил провести опрос среди учащихся своего класса и задать им такие вопросы, как:

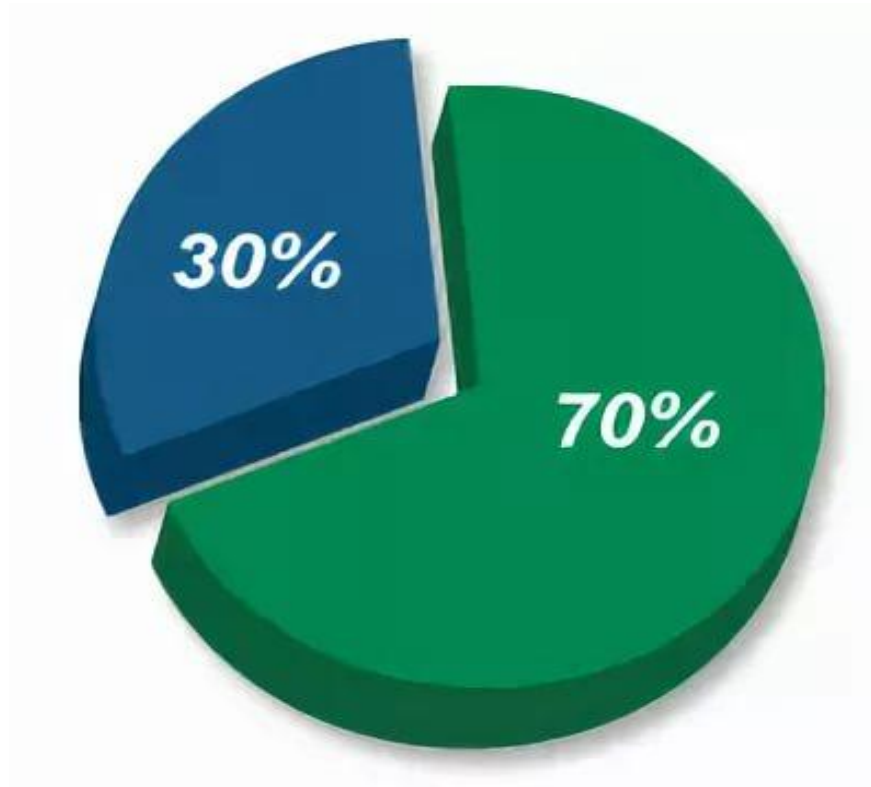
1. Любишь ли ты есть чипсы, сухарики, пить газировку, жевать резинку, сосать карамель?
2. Часто ли ты употребляешь эти продукты?
3. Знаешь ли ты об их вреде?

# Ответы

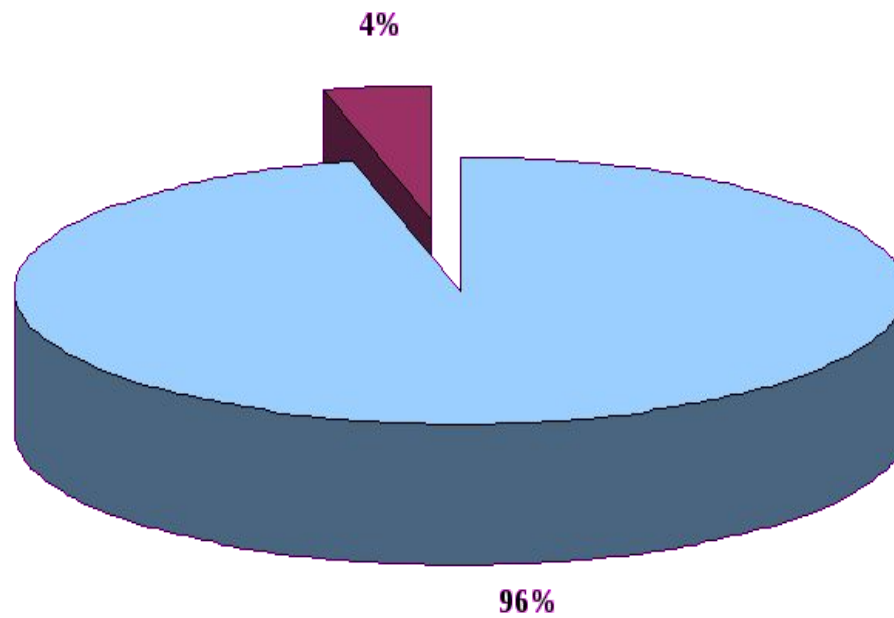
1. 90% ответили да, 10% нет.



2. 70% ответили да, 30% нет.



3. 96% ответили да, 4% сомневается.



# Исследование

Для исследования и выявления вредных пищевых добавок я взял такие продукты, как:

1. Чипсы «Lays», сухарики «Кириешки»
2. Карамель «Чупа Чупс»
3. Жевательная резинка «Dirol»
4. Шоколадные батончик «Snickers», «Mars».
5. Сладкие газированные напитки «CocaCola», «Fanta».

| <i>№<br/>п/п</i> | <i>Название<br/>продукта</i>          | <i>Изготовитель</i>                  | <i>Наличие вредных добавок</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|------------------|---------------------------------------|--------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1                | Чипсы «Lays»                          | ЗАО<br>«ПримаБета» г.<br>Новосибирск | Е621 (глутамат натрия) – усилитель вкуса - не усваивается организмом и вызывает воспалительные симптомы, задерживает воду в организме и может вызывать отеки, ведущие к повышенному давлению.<br>Е330 (лимонная кислота) – регулятор кислотности – отрицательно воздействует на эмаль зубов.                                                                                                                           |
| 2                | Сухарики<br>«Кириешки»                | ЗАО «СБ» г.<br>Новосибирск           | Е627 – усилитель вкуса – вызывает расстройство кишечника.<br>Е631 – усилитель вкуса – вызывает расстройство кишечника.<br>Е621 (глутамат натрия) – усилитель вкуса - не усваивается организмом и вызывает воспалительные симптомы, задерживает воду в организме и может вызывать отеки, ведущие к повышенному давлению.<br>Е330 (лимонная кислота) – регулятор кислотности – отрицательно воздействует на эмаль зубов. |
| 3                | Карамель «Чупа-чупс» (яблочный вкус). |                                      | Е330 (лимонная кислота) – регулятор кислотности – отрицательно воздействует на эмаль зубов.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |

|   |                                      |                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|---|--------------------------------------|------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 4 | Жевательная резинка «Dirol»          | ООО «Дирол Кэдбери» г. Великий Новгород  | <p>E171 – краситель – подозрительная пищевая добавка.</p> <p>E321 – антиокислитель – влияет на уровень холестерина в крови, отрицательно влияет на печень и почки.</p> <p>E322 – антиокислитель – отрицательно сказывается на печени и почках.</p> <p>E330 (лимонная кислота) – регулятор кислотности – отрицательно воздействует на эмаль зубов.</p> <p>E414 – стабилизатор - может вызывать аллергию.</p> <p>E951 (аспартам) - сахарозаменитель - вызывает аллергию, негативно действует на сетчатку глаза, снижая зрение.</p> |
| 5 | Шоколадный батончик «Snickers»       | ООО «Марс» Московская область            | E442 – стабилизатор – запрещён в России!                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 6 | Шоколадный батончик «Mars»           | ООО «Марс» Московская область, г.Ступино | Нет                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| 7 | Сладкий газированный напиток «Fanta» | ООО «Евразия» г. Красноярск              | <p>E330 (лимонная кислота) – регулятор кислотности – отрицательно воздействует на эмаль зубов.</p> <p>Углекислый газ – вызывает расстройство пищеварения или болевой приступ.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

|   |                                          |                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|---|------------------------------------------|-----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 8 | Сладкий газированный напиток «Coca-Cola» | ООО «Кока-Кола ЭйчБиСи» г. Екатеринбург | <p>Углекислый газ – вызывает расстройство пищеварения или болевой приступ.</p> <p>Ортофосфорная кислота – регулятор кислотности - способна вымывать кальций из костей, что опасно развитием остеопороза, при котором возникает повышенная ломкость костей даже при минимальных нагрузках, способствует развитию мочекаменной болезни.</p> <p>Кофеин – вызывает истощение нервной системы, усталость, апатию или раздражительность, головные боли.</p> |
|---|------------------------------------------|-----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

# Вывод

1. Вывод: большинству опрошенных мною людей нравится употреблять эти продукты, но при этом они знают об их вреде.
2. Вывод: 1. Почти все продукты (7 из 8), которые были исследованы, содержат те или иные вредные пищевые добавки.
3. 2. В таких продуктах, как сухарики «Кириешки», жевательная резинка «Diol» содержится большое количество добавок с индексом Е, частое употребление которых ведёт к различным заболеваниям. Употребление этих продуктов нужно исключить из ежедневного рациона людей.
4. 3. Сладкие газированные напитки «Fanta», «Coca-Cola» содержат вредные кислоты и углекислый газ. Нельзя употреблять эти напитки детям и подросткам. Лучше пить соки.
5. 4. Шоколадный батончик «Snickers» содержит стабилизатор E442, который запрещён в России! Категорически нельзя есть такой продукт.
6. 5. Только в одном продукте из восьми, шоколадном батончике «Mars», не было обнаружено вредных пищевых добавок согласно указанной информации на упаковке.